

# ほけんだより

# 4月

平成 31年 4 月 22 日 関東第一高等学校 保健室

## 新学期が始まり約1週間が経ちました。

クラスにも少しずつ慣れてきましたか？新しい学年になり緊張のせい、体調を崩している生徒もいます。バランスのとれた食生活、十分な睡眠（休養）をとるなどして体調を整えましょう。

## 4月15日(月)・16日(火)健康診断を実施しました。

4月15日に1年生、16日に2・3年生の健康診断が行われました。

健康診断は、みなさんの成長の様子を確かめ、身体に異常がないか調べる大切な保健行事です。早期発見・早期治療につなげるチャンスでもあります。

健康診断の結果は、6月ごろ配布する予定です。精密検査が必要な場合はお知らせしますので、早めに医療機関を受診してください。

また、健康診断未受診者、尿検査未提出者・有所見者の生徒は、スケジュールを確認し、受けそびれがないようにお願いします。

## 健康診断未受診者・再検査について。

- 4月26日(金) 尿検査 2回目
- 5月9日(木) 13:00 歯科検診
- 5月15日(水) 15:30 内科検診・身体測定
- 6月ごろ・・・健診結果配布(予定)

## カウンセリングルームについて。

本校では、学校生活における様々な相談に対し、カウンセリングルームを設けております。

相談日	月・火・水・金	12:00~17:00	小窪 美和子 先生
	火・木	10:00~17:00	渡辺 紀大 先生

カウンセリングルーム Tel.03-3653-5236

保健室 Tel.03-3653-6120

※予約・ご質問等は、保健室・カウンセリングルーム直通の電話にて承ります。

## 保健室を利用するときの約束

※保健室では内服薬はあげていません。また、保健室でできるのは応急処置までです。(治療については医療機関を受診してください)



担任や教科の先生に  
ことわってから  
来てください  
(緊急時を除く)



いつ、どこが、  
どうして、どんな  
具合なのか、  
具体的に話して  
ください



保健室にあるもの  
(身長計や本など)  
を使うときは、  
一声かけてください



具合の悪い人が  
寝ていることも  
あるので、  
保健室では静かに  
してください

## 災害共済給付制度って？

独立行政法人日本スポーツ振興センターの災害共済給付制度とは、学校の管理下において、子どもが災害(負傷、疾病、障害、死亡)に遭った時に、保護者に医療費や見舞金などが支払われるものです。この「学校の管理下」には、授業や部活動の他、休み時間や登下校中も含まれます。例えば、医療費の請求に際しては、治療を受けた病院で「医療等の状況」について用紙に記入してもらい、それを学校に提出していただきます。なお、初診から治療するまでの医療費総額(医療保険でいう10割分)が5000円以上のものが対象です。

## 出席停止の感染症

学校で流行が広がる可能性の高い感染症については「出席停止」の措置がとられます。その主なものは以下の通りです。

インフルエンザ、百日咳、麻しん(はしか)、流行性耳下腺炎(おたふくかぜ)、風しん、水痘(水ぼうそう)、咽頭結膜熱、結核、流行性角結膜炎、腸管出血性大腸菌感染症、等々

このような感染症と診断された場合には、医師の指示に従い、感染のおそれなくなるまでは、学校をお休みすることになります。欠席扱いにはなりませんので、ゆっくり休養して、しっかり治してくださいね。



養護の井出千晶と申します。長いようで短い高校生活は、体が資本です！自分の体について知り、大切にすることを心がけてください。保健室から、生徒の皆さんが充実した高校生活を送れるようサポートしていきます。今年1年どうぞよろしくお願いいたします。井出 千晶

松下先生の代替で入りました養護の渡部千花と申します。皆さんが元気で楽しい学校生活を送れるようお手伝いさせていただきます。けがや体調がすぐれないとき、心配なことや不安なこと等がありましたら保健室へ来てくださいね。渡部 千花